

2021-1-FI01-KA220-ADU-000026027

MANUALE PER L'ORIENTAMENTO E LA CONSULENZA



Cofinanziato dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni e le opinioni espresse sono tuttavia solo quelle dell'autore o degli autori e non riflettono necessariamente quelle dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono essere ritenuti responsabili per loro.

Organizzazioni partner:

TYÖVÄEN AKATEMIA

DEINDE SP. Z O.O

LJUDSKA UNIVERZA CELJE

EDUCATION IN PROGRESS

INDICE

1. Gli obiettivi del manuale 3

2. Instruzioni per i consulenti 4

3. Scenari di orientamento 5

A. Lo studente ha un obiettivo chiaro per il futuro 5

B. Lo studente ha diversi obiettivi alternativi 7

C. Gli student non hanno ancora obiettivi chiari 10

D. Consulenza di gruppo 13

4. Pratiche aggiuntive 15

E. Imparare ad imparare 15

F. Strumenti per l’auto-riflessione 17

5. Postilla 19

6. Bibliografia 20

GLI OBIETTIVI DEL MANUALE

Gli insegnanti e i consulenti che lavorano nel campo dell'educazione degli adulti sono tenuti a offrire orientamento e consulenza agli studenti che si trovano in fasi molto diverse nello sviluppo dei loro obiettivi futuri. Mentre alcuni studenti potrebbero già avere una visione chiara per la loro carriera o percorso di studio, altri potrebbero essere ancora indecisi tra una varietà di obiettivi alternativi: altri ancora, non potrebbero non avere ancora in mente alcun obiettivo futuro.

Questo manuale fornisce agli insegnanti e ai consulenti gli strumenti per aiutare tutti gli studenti a riflettere sui loro obiettivi e interessi personali, indipendentemente dal fatto che abbiano già sviluppato una visione chiara per il futuro o meno. Rappresenta una serie di pratiche personalizzate per ciascuno dei seguenti scenari:

(a) il discente ha già un obiettivo chiaro in mente;

(b) il discente è indeciso tra diversi obiettivi alternativi;

(c) il discente non ha ancora obiettivi futuri; e

d) consulenza di gruppo.

Le procedure presentate in ogni scenario sono facili da usare e non richiedono alcuna formazione aggiuntiva. Gli educatori e i consulenti sono liberi di scegliere quante delle pratiche desiderano utilizzare, così come l'ordine in cui devono essere impiegati.

Questo manuale adotta un approccio centrato sulle aspettative per l'orientamento e la consulenza. Tutti gli studenti sono influenzati da fattori come, ad esempio, quanto si sentano sicuri di riuscire nei loro studi; la loro speranza o tendenza a sognare il futuro; così come la loro capacità di adattarsi alle mutevoli circostanze. Invece di fornire semplicemente agli

studenti informazioni sulle diverse opzioni o indirizzarli verso un percorso specifico, questo manuale mira a fornire agli insegnanti e ai consulenti gli strumenti di cui hanno bisogno per aiutarli a riflettere meglio sui loro obiettivi e i loro interessi autentici.

Nota: oltre ai quattro scenari di orientamento sopra menzionati, il manuale contiene anche pratiche aggiuntive che possono essere utilizzate per integrare le sessioni di consulenza:

a. *Imparare ad imparare*: pratiche intese ad aiutare gli studenti a riflettere sulla propria capacità di apprendere.
b. *Strumenti per l'autoriflessione*: pratiche intese ad aiutare gli studenti che hanno bisogno di strumenti futuri per l'autoriflessione: ad esempio, gli studenti che non hanno ancora obiettivi futuri.

Queste pratiche aggiuntive possono essere utilizzate separatamente o combinate con i quattro scenari principali.

ISTRUZIONI PER INSEGNANTI/CONSULENTI

Per utilizzare il manuale, attenersi alla seguente procedura:

1. Familiarizzare con i diversi scenari.
2. Determina quale degli scenari si applica meglio al tuo studente:
    a. Lo studente ha un obiettivo chiaro per il futuro;
    b. Lo studente ha diversi obiettivi alternativi;
    c. Lo studente non ha ancora obiettivi;
    d. Stai lavorando con un gruppo di studenti.
3. Utilizzare le domande e gli esercizi indicati nello scenario pertinente. Non esiste un formato fisso, una struttura statica da seguire per usarli; sei libero di scegliere quanti scenari ritieni più opportuni e di stabilire il loro ordine di utilizzo.
4. In qualsiasi momento, rivaluta la situazione dello studente e ricomincia.

SCENARIO A: UN OBIETTIVO CHIARO PER IL FUTURO

Aiuta i tuoi studenti a pensare ai loro obiettivi e a come raggiungerli.

RISCALDAMENTO OPZIONALE: AUTO-RIFLESSIONE CREATIVA

Istruzioni per lo studente:

Scrivi il tuo nome verticalmente lungo un foglio di carta. Il tuo compito è quello di trovare una breve descrizione di te stesso per ogni lettera del tuo nome. Cerca di evitare singole parole: ad esempio, piuttosto che scrivere "ambizioso" alla lettera corrispondente “a”, scrivi "assolutamente talentuoso". Invece di scrivere "non competitivo", inventa qualcosa come "non sono un fan del lunedì".

Rifletti: le tue descrizioni ti sembrano familiari? Hai scoperto qualcosa di nuovo su di te?

IDENTIFICARE L'OBIETTIVO DELLO STUDENTE (DOMANDE PER LO STUDENTE)

Argomento di discussione a: Descrivi il tuo futuro ideale e come stabilisci il tuo obiettivo. Quanto hai approfondito le diverse opzioni?

Argomento di discussione b: Capacità di adattamento e competenze incentrate sulla speranza:

- Quanto ti senti fiducioso per il futuro?
- Che tipo di sforzi educativi e di carriera devi fare
- a) in questo momento, b) nei prossimi mesi, c) nei prossimi anni, d) più tardi nella vita?
- Che tipo di perseveranza è necessaria per questi sforzi?
- Ci sono percorsi alternativi per raggiungere il tuo obiettivo?
- Che tipo di competenze devi imparare per intraprendere questi diversi percorsi?

ESERCIZI PER LO STUDENTE

Esercizio a: Scrivere diverse cose che ti piacciono (il maggior numero possibile); per esempio:

- Trascorrere del tempo con gli amici
- Guardare film
- Risolvere problemi matematici

Rifletti: hai notato qualche tema comune tra le cose che ti piacciono? In che modo questi temi potrebbero motivarti a perseguire i tuoi obiettivi?

Esercizio b: Scrivi almeno cinque cose in cui sei bravo.

Pensa: in che modo queste cose potrebbero aiutarti a perseguire i tuoi obiettivi?

Esercizio c: Elaborazione di un piano d'azione per raggiungere i tuoi obiettivi.

Rifletti: come raggiungerò i miei obiettivi? Cosa ho già fatto per perseguire? Cosa devo ancora fare?

Dove posso chiedere aiuto?

Qual è il mio piano per raggiungere i miei obiettivi? Quali sono i singoli compiti e le scadenze?[i]

DOMANDA CONCLUSIVA: LE TUE IDEE SU COME RAGGIUNGERE IL TUO OBIETTIVO STANNO DIVENTANDO PIÙ CHIARE?

SCENARIO B: DIVERSI OBIETTIVI ALTERNATIVI

Aiuta i tuoi studenti a pensare e decidere il loro obiettivo principale.

RISCALDAMENTO OPZIONALE: VIAGGIO – FATTORI CHE INFLUENZANO IL PROCESSO DECISIONALE

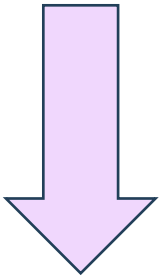
Istruzioni per il consulente:

Guarda la tabella qui sotto. Leggi le coppie di alternative in grassetto ad alta voce. Chiedi al tuo studente quale opzione sceglierebbe. Quindi, leggere l'informazione aggiuntiva tra parentesi. In che modo queste informazioni influenzerebbero le decisioni del tuo studente?

Viaggio al mare (il viaggio dura due ore)	**Viaggio in montagna** (il viaggio dura otto ore)
Viaggiare in auto (non hai la patente di guida)	**Viaggiare in treno** (sono previsti tre trasferimenti)
Fai una passeggiata serale (piove)	**Vai al cinema** (avete visto tutti i film)
Ostello (15 euro a persona)	**Hotel tre stelle** (75 euro a persona)
Andare in canoa (la distanza è di 15 km)	**Fare alpinismo** (c'è un forte vento che soffia)

IDENTIFICARE GLI OBIETTIVI ALTERNATIVI DEGLI STUDENTI (DOMANDE PER LO STUDENTE)

Punto di discussione a: Quali diversi obiettivi avete in mente?



Punto di discussione b: *Capacità di adattamento e competenze incentrate sulla speranza*:

- Quanto ti senti fiducioso per il futuro?
- Che tipo di scelte educative e professionali devi fare a) in questo momento, b) nei prossimi mesi, c) nei prossimi anni, d) più avanti nella vita?
- Quanto avete studiato diverse opzioni?
- Che tipo di sforzo e perseveranza sono necessari per queste scelte?
- Che tipo di abilità hai bisogno di imparare per attualizzare le tue scelte?

ESERCIZI PER LO STUDENTE

Esercizio a: Scrivi diverse cose che ti piacciono (il maggior numero possibile). Per esempio:

- Trascorrere del tempo con gli amici
- Guardare film
- Risolvere problemi matematici

Rifletti: hai notato qualche tema comune tra le cose che ti piacciono?

Esercizio b: Scrivi almeno cinque cose in cui sei bravo.

Pensando ai vari percorsi che stai considerando, come potresti utilizzare le cose che hai appena elencato in diversi lavori? In che modo queste cose possono aiutarti a perseguire i tuoi obiettivi alternativi?

Esercizio c. Motivazione allo studio.

Su un documento Word o un pezzo di carta, scrivi: "Motivi per studiare". Su un altro documento o pezzo di carta, scrivi: "Motivi per non studiare". Scrivi le tue ragioni per entrambi.

Rifletti sulle ragioni che hai scritto. Quale percorso di carriera si adatterebbe meglio alle ragioni che hai per studiare?

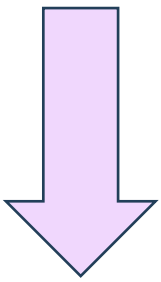
DOMANDA CONCLUSIVA: È PIÙ CHIARA QUALE STRADA VORREBBE SEGUIRE?

SCENARIO C. NESSUN OBIETTIVO CHIARO ANCORA

Aiuta il tuo studente a pensare e a fissare obiettivi futuri. Per aiutare ulteriormente il tuo studente a riflettere su sé stesso o per aggiungere un esercizio di riscaldamento, vedi: "Esercizi aggiuntivi: b: Strumenti per l'autoriflessione".

Esercizio a. Pensa (domande per lo studente):

- Cosa sceglieresti se tutti i lavori del mondo fossero accessibili per te?
- Quale percorso di studi sceglieresti se non dovessi preoccuparmi dei criteri di ammissione?
- Quale percorso di carriera sceglieresti se non dovessi preoccuparti dei soldi?
- Cosa faresti se sapessi che non puoi fallire?
- Cosa faresti se nessuno potesse criticare?
- Quale percorso professionale sceglieresti se non avessi timori?
- Quali problemi nella società o nel mondo vorresti risolvere?

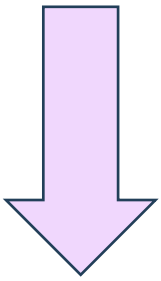


Rifletti: c'erano delle somiglianze nelle tue risposte?

Esercizio b. Dalle idee alle alternative (Jarenko & Kankkunen, 2021)[ii]

In primo luogo, scrivi le tue idee su un lavoro ideale per te in futuro. Queste idee possono essere grandi o piccole, astratte o concrete, ad esempio:

- Voglio imparare qualcosa di nuovo ogni giorno
- Voglio interagire con i clienti
- Voglio viaggiare in tutto il mondo per lavoro
- Voglio avere orari di lavoro flessibili
- Voglio portare il mio cane in ufficio
- Voglio salvare il pianeta



In secondo luogo, esplorare queste idee e possibili combinazioni. Che tipo di combinazioni interessanti riesci a vedere? Per esempio:

- Quale sarebbe la combinazione più semplice?
- Quale sarebbe la combinazione più ambiziosa?
- Quale sarebbe la combinazione più folle?
- Quale sarebbe la combinazione più rischiosa?

Esercizio c: Raccontare la mia storia (riflettendo sulle mie esperienze finora e dando vita alla mia storia)

Per aiutarti a identificare il tipo di lavoro che vorresti fare, pensa alle seguenti domande:

- Quali lavori ho fatto finora?
- Che lavoro ho pensato di fare?
- Quali sono le mie esperienze di vita più importanti?
- Di quali risultati sono più orgoglioso?
- Quali responsabilità ho nella vita?
- Cosa mi piace fare nel tempo libero?
- Chi ammiravo quando crescevo?

Esercizio d. Compiti a casa. Pensa a uno o due obiettivi di studio o di carriera. Cerca di raccogliere quante più informazioni pertinenti possibili.

- Quali sono i requisiti e i criteri di ammissione per il corso/il lavoro? Che tipo di competenze sono richieste?
- Come sarebbe una giornata tipo a scuola o al lavoro?

Perché pensi che le persone scelgano questi percorsi? Cosa potrebbe motivarli a perseguire questi obiettivi di studio o a fare questi lavori?

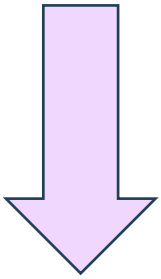
DOMANDA CONCLUSIVA: HAI TROVATO IDEE PER UNA FUTURA CARRIERA O PERCORSO DI STUDIO?

SCENARIO D. CONSULENZA DI GRUPPO

Aiuta i tuoi studenti a pensare ai loro obiettivi futuri.

Esercizio a. Discussione di gruppo.

- Pensa a queste domande:
- Cosa sceglieresti se tutti i lavori del mondo fossero aperti a te?
- Quale percorso di carriera sceglieresti se non dovessi preoccuparti dei soldi?
- Cosa faresti se sapessi che non puoi fallire?
- Cosa faresti se nessuno potesse criticarti?
- Quale percorso professionale sceglieresti se non avessi timori?
- Quali problemi nella società o nel mondo vorresti risolvere?



Discussione: Che tipo di sogni per il futuro sono stati menzionati? Questi sogni potrebbero aiutarti a fissare obiettivi concreti? Che tipo di obiettivi potrebbero essere? Come potreste incoraggiarvi a vicenda a perseguire?

Esercizio b. Dalle idee alle alternative (Jarenko & Kankkunen, 2021)

1. Riflessione indipendente: scrivi le tue idee su un lavoro ideale. Questi possono essere grandi o piccoli, astratti o concreti. Per esempio:
   - Voglio imparare qualcosa di nuovo ogni giorno
   - Voglio interagire con i clienti
   - Voglio viaggiare in tutto il mondo per lavoro
   - Voglio avere orari di lavoro flessibili
   - Voglio portare il mio cane in ufficio
   - Voglio salvare il pianeta

2. Discussione di gruppo: esplora queste idee e le possibili combinazioni. Che tipo di combinazioni interessanti riesci a vedere? Per esempio:
   - Quale sarebbe la combinazione più ambiziosa?
   - Quale sarebbe la combinazione più folle?
   - Quale sarebbe la combinazione più semplice?
   - Quale sarebbe la combinazione più rischiosa?

Esercizio c. Compiti a casa. Pensa a uno o due obiettivi di studio o di carriera alternativi. Cerca di raccogliere quante più informazioni possibili su di loro.

Ci sono requisiti educativi e criteri di ammissione per l'istruzione / lavoro? Che tipo di competenze sono richieste?

Come sarebbe una giornata tipo a scuola o al lavoro?

Perché le persone in generale scelgono questi percorsi? Cosa potrebbe motivarli a perseguire questi obiettivi e a fare questi lavori?

ESERCIZI AGGIUNTIVI

Queste pratiche possono essere utilizzate per integrare quelle presentate negli scenari di consulenza di cui sopra, oppure possono essere applicate in modo indipendente.

E. IMPARARE AD IMPARARE

Aiuta i tuoi studenti a riflettere sulle loro capacità di apprendimento e a pensare al proprio passato, presente e futuro.

Esercizio a. Riflessione sull'apprendimento futuro.[iii]

1. Cosa voglio imparare?
2. Quali sono i miei motivi per imparare?
3. Quali benefici apporta l'apprendimento alla mia vita?
4. L'apprendimento mi apre nuove opportunità? Quali opportunità vedo per me stesso?
5. C'è qualcosa che può ostacolare il mio apprendimento? Come posso ridurre le barriere al mio apprendimento?
6. Quali punti deboli devo prendere in considerazione nel mio apprendimento?
7. Come intendo imparare? Come monitorare il mio apprendimento? Come faccio a sapere se ho imparato qualcosa?

Esercizio b. Esercizi per identificare gli ostacoli all'apprendimento.[iv]

1. Che ricordi hai della scuola? Come sei andato avanti?
2. Come ti senti a tornare all'apprendimento?
3. Quali sono i tuoi sentimenti riguardo alla lettura e alla scrittura? Leggi qualcosa ogni giorno? Ti capita mai di non capire quello che leggi?
4. Come vai avanti con la scrittura, ad esempio compilando moduli? Hai mai trovato difficile scrivere? Qualcuno ti aiuta a scrivere?

Esercizio c. Riflessione sulla gestione del tempo.[v]

1. Quando sei più concentrato o attivo: al mattino o alla sera?
2. Per quanto tempo di solito sei in grado di rimanere concentrato?
3. Ti aiuta a concentrarti se devi fare qualcosa entro una scadenza specifica?
4. Sei in grado di pianificare brevi pause per rilassarsi, per premiarti e studiare più a lungo?
5. Riesci a concentrarti in momenti o luoghi insoliti?
6. Sei in grado di utilizzare il tempo libero inaspettato per rivedere il materiale?

Esercizio d. Riflessione sull'apprendimento precedente. Guardando al futuro.[vi]

1. Hai esperienza di completamento di un corso o di una formazione? Come ti sei sentito alla fine?
2. Quando hai imparato con successo qualcosa di nuovo, cosa è stato decisivo per il tuo successo
    a. ... Secondo te?
    b. ... Secondo il tuo consulente (se applicabile)?
3. Cosa intendete fare ora?
4. Come e dove intendi proseguire gli studi?
5. Come valuta la guida che ha ricevuto finora dai suoi consulenti?

F. STRUMENTI PER L'AUTO-RIFLESSIONE[vii]

Aiuta il tuo studente a riflettere sui propri interessi e obiettivi con questi strumenti aggiuntivi.

Esercizio a.

Con quale delle seguenti caratteristiche ti identifichi maggiormente? Elencare almeno tre. Quali vorresti sviluppare?

- Capacità di cooperazione;
- Coraggio;
- Perseveranza;
- Compostezza;
- Ambizione;
- Indipendenza;
- Creatività;
- Puntualità;
- Resistenza alle sollecitazioni;
- (Aggiungi la tua caratteristica);
- (Aggiungi la tua caratteristica)

Esercizio b.

Che tipo di lavoro ti piacerebbe di più? Valuta i seguenti tipi da 1 (non interessato) a 5 (molto interessato).

- Artistico;
- Informativo;
- Assistenziale;
- Organizzativo;
- Manutenzione;
- Conoscitivo;
- Produzione;
- Legato allo sport;
- Educativo;
- (Aggiungi il tuo tipo di lavoro)
- (Aggiungi il tuo tipo di lavoro)

Esercizio c.

Riflettere:

Quali sono i tuoi punti di forza?

Quali abilità vorresti ancora sviluppare?

Quali sono i tuoi interessi principali?

Quali valori sono più importanti per te?

Dove ti piacerebbe studiare?

Cosa vorresti ottenere dalla tua vita professionale?

POSTILLA

Questo manuale è il primo risultato del progetto Erasmus+ "Reaching the Stars".

Il manuale è stato progettato e compilato a seguito di una serie di attività di ricerca:

- Ricerca teorica di base sul concetto di orientamento e consulenza basati sulle aspettative;
- Un questionario per discenti adulti incentrato sulle loro esigenze e aspettative di consulenza (92 risposte – almeno 20 da ciascuna organizzazione partecipante);
- Interviste semi-strutturate con educatori e consulenti per adulti riguardanti le loro opinioni relative all'orientamento e alle attuali pratiche di orientamento e consulenza (20 intervistati – 5 per ogni organizzazione partecipante);
- Un questionario per educatori e consulenti per adulti riguardante l'orientamento, con particolare attenzione alle competenze chiave (41 risposte – almeno 10 da ciascuna organizzazione partecipante).

I rapporti delle attività di ricerca di cui sopra sono disponibili nell'appendice online al manuale: https://reachingthestars.eu/

BILBIOGRAFIA

[i] Adapted from: Ljubljana: Andragoški center Slovenije, pp. 111-117. Available at: Svetovalni_pripomocki_v_izobrazevanju_odrslih.pdf (acs.si))

[ii] Sources: Jarenko, K., & Kankkunen, J. (2021). Kohti, ketterän urakehityksen työkirja. Latvia: Livonia Print.

[iii] Adapted from: Žalec Natalija, Counselling tools in adult education, 2007

[iv] Adapted from: Knaflič Livija, Counselling tools in adult education, 2007

[v] Adapted from: Counselling tools in adult education, 2007

[vi] Žalec Natalija, Counselling aids in adult education, 2007

[vii] Career advice: Diagnostic tools for career counsellors: https://doradztwo.ore.edu.pl/narzedzia-diagnostyczne-dla-doradcow-zawodowych/